



## PREFEITURA MUNICIPAL DE COTIPORÃ/RS

---

### **Prefeitura convida para novo Grupo de Reeducação Alimentar**

Secretarias: Saúde e Assistência Social

Data de Publicação: 7 de agosto de 2025

Crédito da Matéria: Assessoria de Imprensa / Renata Fialho

A Administração Municipal de Cotiporã, por meio da Secretaria da Saúde e Assistência Social, convida a comunidade para participar da nova turma do Grupo de Reeducação Alimentar.

Os encontros serão realizados nas quartas-feiras, às 17h30, com início no dia 3 de setembro, na Unidade Básica de Saúde.

Durante a programação, serão abordados temas como:

- hábitos alimentares e metas pessoais
- montagem do prato saudável
- leitura de rótulos e escolhas conscientes
- prática de atividade física com fisioterapeuta
- relação emocional com a comida, com apoio psicológico
- mitos e verdades sobre alimentação
- receitas saudáveis e troca de experiências

Além de orientações com nutricionista, haverá acompanhamento periódico com avaliação antropométrica, tarefas práticas e uma confraternização de encerramento no dia 3 de dezembro.

As vagas são limitadas!

Interessados devem entrar em contato pelo WhatsApp da Unidade de Saúde: (54) 3446-2863.

Participe e cuide da sua saúde de forma leve, consciente e coletiva!

“Cuidar da saúde é um gesto de amor próprio e também de responsabilidade com quem caminha ao nosso lado. Este grupo é um espaço de conhecimento e mudança de hábitos. Participe!” - José Carlos Breda, Prefeito de Cotiporã

---